

Franz Sedlak

ERKENNEN
BEURTEILEN
HANDELN

WIR BRAUCHEN EINANDER !

Impressum

Mag.DDr.Franz Sedlak,
Leiter der Abteilung V/4 - Schulpsychologie-Bildungsberatung im Bundesministerium
für Unterricht, Kunst und Kultur
Psychotherapeut, Klinischer und Gesundheitspsychologe, Supervisor
A-1014 Wien, Freyung 1

ISBN 3-85031-008-6

September 2001

©Alle Rechte (inkl. Weiterverbreitungsrechte) liegen beim BMUKK, Abt. V/4

Die Broschüre ist nur als Download verfügbar. In begründeten Fällen
kann um die Zusendung in Papierform angefragt werden: Fr. Schreier,
Tel.: 01/531 20-2584 oder per e-mail: sandra.schreier@bmukk.gv.at

ZUM EINSTIEG!

Im Alltag gibt es viele Situationen, in denen es wichtig ist, richtig zu reagieren. Das kann in der Schule sein, in der Freizeit, auf der Straße, in einem Gebäude.....

Dazu ist es notwendig, daß wir aufmerksamer werden, um zu erkennen, wenn eine Situation eine besondere ist.

Dazu ist weiters notwendig, daß wir richtig beurteilen, was in diesem Fall das Beste ist.

Und schließlich ist dazu notwendig, daß wir, wo es möglich und sinnvoll ist, auch handeln!

Die vorliegende Broschüre gibt nur einige Tips dazu, wesentlicher ist der Nachdenkprozeß, den sie anregen möchte, die eigenen Beispiele und Ideen, die jeder, der mitmacht, beiträgt, sei dies - wie in der nachfolgenden Geschichte- in einer Schulklasse- oder anderswo. Wir selbst können auch einmal in eine Notlage kommen, sodaß Andere auf uns aufmerksam sein sollten.

Versuchen wir, aufmerksamer zu erkennen, sachlich zu beurteilen und angemessen und engagiert zu handeln:

WIR BRAUCHEN EINANDER!

Dr. Sedlak
Leiter der
Schulpsychologie-Bildungsberatung
in Österreich

Eine bewegte Diskussion in der Klasse:

Jochen: Erst unlängst hat man im Fernsehen gesehen, wie jemand einen Herzanfall erlitten hat und auf der Straße gelegen ist, und niemand hat ihm geholfen, alle sind vorbei marschiert!

HAHNDELN



Helga: Ich habe einmal etwas Ähnliches gehört, einer jungen Frau ist schlecht geworden. Sie ist zusammengebrochen und dabei auf ihre Einkaufstasche gefallen, leider hat der gute Likör, den sie eingekauft hat, das nicht überstanden. Und wißt ihr, was passiert ist? Die Leute sind an ihr vorbei gegangen und haben geschimpft, weil so eine junge Frau, und das schon am Morgen, da nach Schnaps riechend am Boden liegt.

Peter: Na und! Es hätte genauso sein können, nämlich daß sie betrunken ist. Und soll man sich dann abschleppen mit ihr?

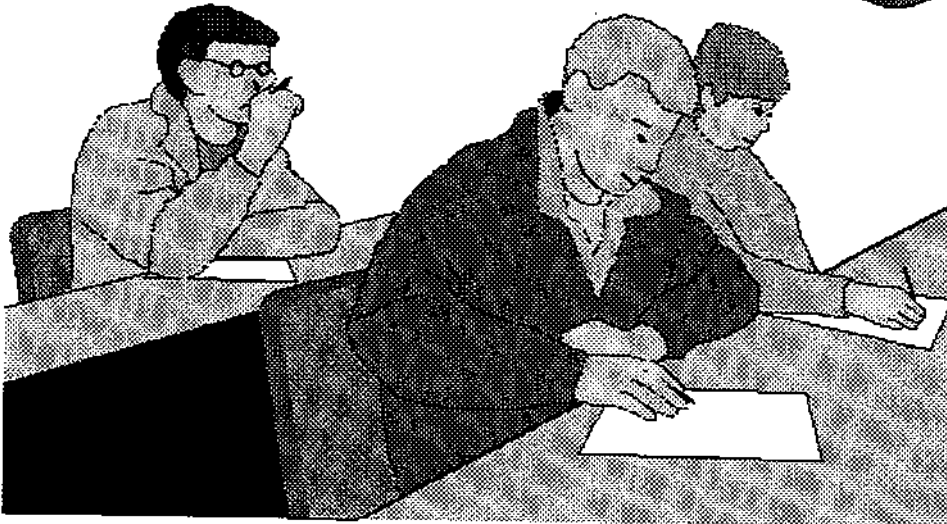
BEURTEILEN



Lehrer H.: Bitte schreibt einmal alle , und zwar jeder allein, ob ihr schon etwas Ähnliches gesehen, gehört oder sogar miterlebt habt.



ERKENNEN



Meine eigenen Notizen :

Die Diskussion geht weiter:

Lehrer H.: Sonja, was hast du geschrieben?

Sonja: Daß meiner Freundin etwas Schreckliches passiert ist!

Lehrer H.: Bitte, erzähle!

HANDELN



Sonja: Also, meine Freundin wohnt nicht hier. Aber sie wollte mich besuchen kommen. Und wie sie in die Straßenbahn einsteigt, die direkt zu mir herfährt, sind drei, vier Jugendliche da und stänkern sie an. Sie hat einfach weggeschaut und nichts gesagt. Auf einmal fallen die über sie her und dreschen ihr ins Gesicht.

Lehrer H.: Hat ihr niemand geholfen, war sie alleine?

Sonja: Das ist ja überhaupt das Stärkste; die Straßenbahn war voll von Leuten, aber keiner hat etwas gesagt. Erst als Karin, also meine Freundin, geschrien hat, haben einige Erwachsene hergeschaut, aber die Jugendlichen sprangen bei der nächsten Haltestelle aus dem Wagon.

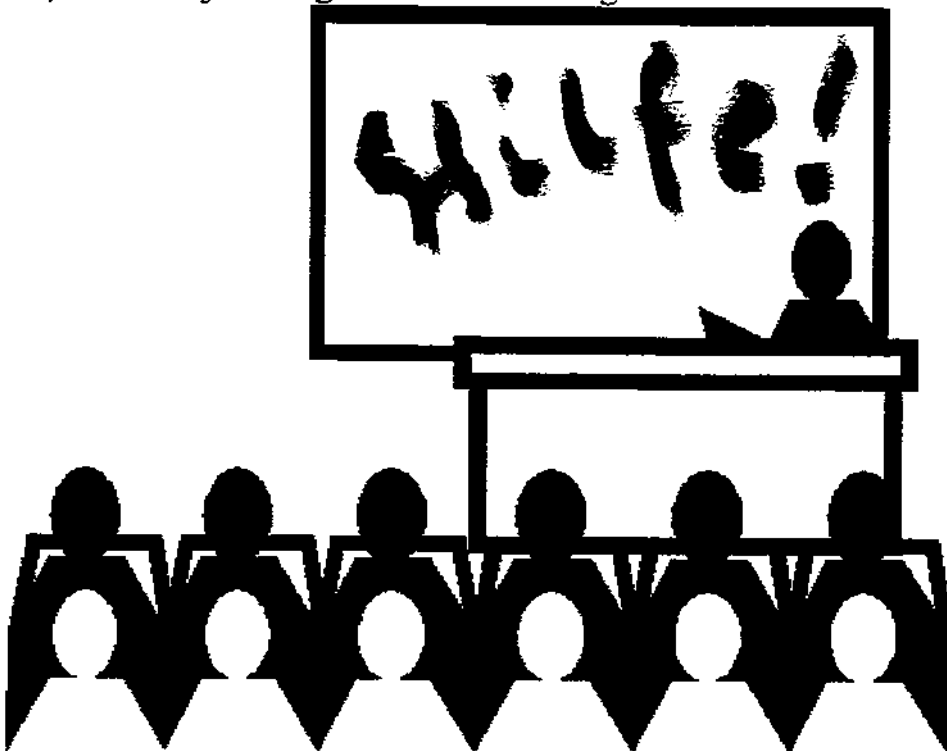
BEURTEILEN



Peter: Mir fällt auch eine solche Story ein.

Sonja: Warte, das Ärgste kommt noch. Karin hat stark geblutet, ist ausgestiegen und hat sich an eine Hausmauer gelehnt- direkt neben einem Restaurant. Glaubt ihr, es hat ihr jemand geholfen? Fehlanzeige!

ERKENNEN



Lehrer H.: Wer hat denn noch ein Beispiel aufgeschrieben?

Peter: Ich weiß von einem Selbstmord in einer Schule. Der Schüler war erst vierzehn Jahre alt und niemand hat etwas davon gewußt, daß es ihm so schlecht ging.

Hans: Das gibt es nicht, man muß es jemandem ansehen können, wie es ihm geht!

Lehrer H.: Was meint ihr, woran könnte man merken, daß es jemandem schlecht geht? Schreibt einmal jeder für sich auf, was euch dazu einfällt.



ERKENNEN



BEURTEILEN



HANDELN



Meine Notizen

dazu:

Inge: Ich glaube, man erkennt es daran, wenn eine Schülerin ganz traurig dasteht, also mit gesenktem Kopf, oder mit den Augen immer woanders .

Herbert: Oder, wenn die Körperhaltung eher verkrampft ist. Ich meine, wenn mein Freund ganz verspannt dasitzt, dann frage ich ihn , was mit ihm los ist.

Gudrun: Was machst du, wenn sich jemand gut verstellen kann? Denke an das Beispiel von Peter, da ist ja auch niemand auf die Idee gekommen, daß sich der Vierzehnjährige umbringt. Man hat es ihm einfach nicht angesehen.

Herbert: Oder man hat nicht genau hingeschaut.

Lehrer H.: Gibt es noch andere Hinweise als körperliche darauf, daß es jemanden schlecht geht? Z.B. im Verhalten, im Reden...Was fällt euch dazu ein?



ERKENNEN



BEURTEILEN



HANDELN



Meine Notizen
dazu:

Sigrid: Mir ist einmal bei meinem Vater aufgefallen, daß er stiller war als sonst. Ich habe ihn dann gefragt, ob er Sorgen hat, und er hat gesagt, er will nicht darüber reden, aber es gefällt ihm, daß ich so aufmerksam war.

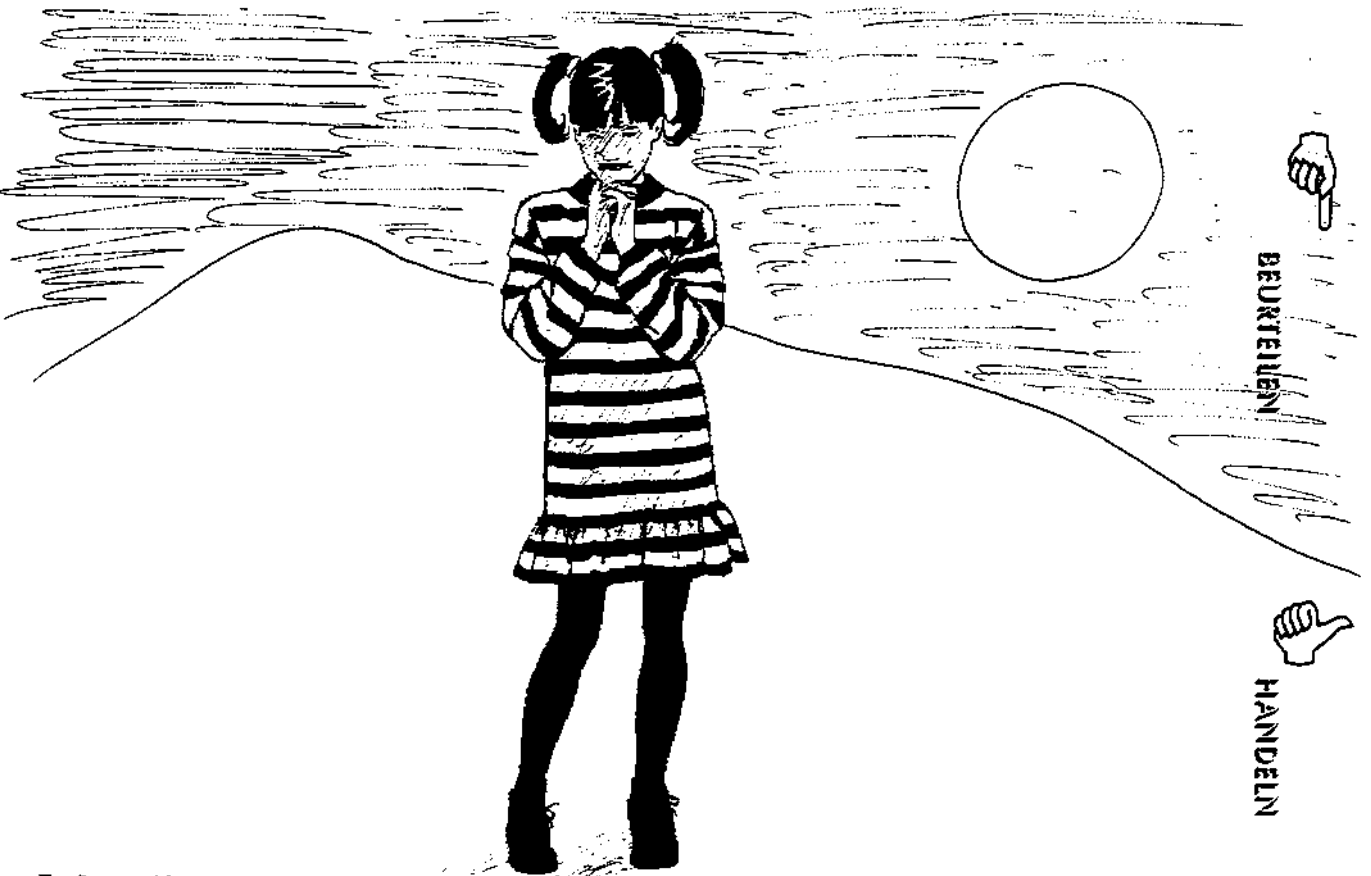
Kerstin: Meine Mutter hat sich einmal viel früher schlafengelegt als sonst. Ich habe sie dann am nächsten Tag gefragt, was los ist mit ihr. Aber sie hat gesagt: Nichts, nichts, alles in Ordnung.

Hans: Wenn Vollmond ist, dann verhält sich mein kleiner Bruder immer ganz komisch. Das behauptet zumindest seine Volksschullehrerin. Sie sagt, er redet dann unaufhörlich.

Petra: Also bei Vollmond ziehe ich mich immer ganz zurück.



ERKENNEN



BEURTEILEN



HANDELN

Lehrer H.: Laßt einmal den Mond aus dem Spiel! Welche Gründe kann es denn überhaupt dafür geben, daß es jemandem schlecht geht?

Meine Notizen

dazu:

Mein großer Bruder ist arbeitslos.
 Er hängt den ganzen Tag herum.
 Meine Mutter sagt, er könnte
 noch 'was lernen, aber er
 sagt: „Wozu?“



ERKENNEN



BEURTEILEN

Jürgen: Also mir ist da einiges eingefallen, z.B. Probleme mit der Freundin. Oder Probleme zu Hause, also Krach mit der älteren Generation. Oder, wenn man in der Klasse isoliert ist. Oder Schwierigkeiten mit den Lehrern hat.

Ferdinand: Wie ich voriges Jahr so lange krank war, da war ich seelisch auch richtig down.

Kerstin: Mein Fuß, der linke, den ich mir voriges Jahr beim Schifahren gebrochen habe, der tut immer wieder weh. Das macht mich ganz schön fertig.



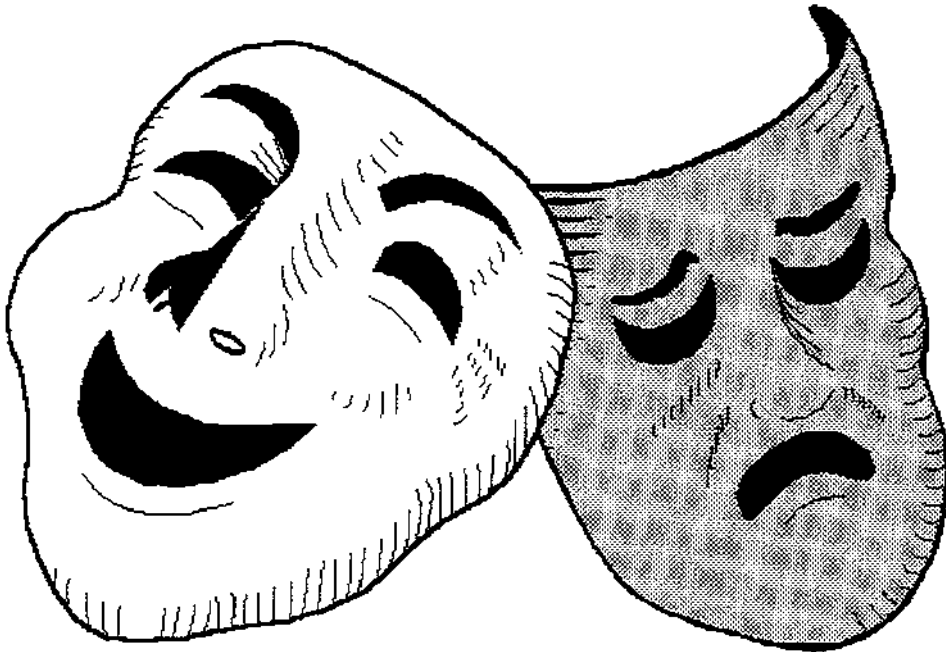
HANDELN

Lehrer H.: Es gibt also eine ganze Menge von Gründen, warum es einem schlecht gehen kann. Manchmal merkt man es dem Anderen gleich an seinem Aussehen an, manchmal erkennt man es erst nach einiger Zeit daran, daß sich der Andere nicht wie sonst benimmt. Was sollte man tun, wenn man glaubt, daß es dem Anderen schlecht geht?

Meine Notizen

dazu:

Lehrer H.: Erste Regel! Nicht immer sind die Gefühle so klar erkennbar, wie bei den beiden Masken hier.



ERKENNEN

Peter: Wenn man nicht sicher ist, sollte man den Anderen nur vorsichtig ansprechen. Z.B. : "Geht es dir vielleicht nicht gut!"

Jürgen: Oder noch besser: " Ich habe das Gefühl, daß es dir nicht gut geht, stimmt das!"

Petra: Was wäre mit : " Kann ich dir helfen, brauchst du vielleicht etwas?"

Hans: Ich würde vorsichtiger sein, weil manche das überhaupt nicht mögen, wenn dauernd jemand kommt und ihnen helfen will.

Lehrer H.: Wie würdest du es denn machen?

Hans: Ich würde sagen: "Entschuldige, ich will dich nicht ärgern, aber mir kommt vor, dir geht es nicht gut, kann ich etwas für dich tun?"

Inge: Das ist aber ganz schön umständlich.

Lehrer H.: Die Idealformel gibt es nicht. Man muß es einfach versuchen. Jedenfalls ist es besser, man spricht das Gefühl aus, als einfach wegzuschauen. Auch, wenn der Andere oder die Andere im Augenblick nicht gut darauf reagieren, sind sie doch froh, wenn wir sie ansprechen und nicht allein lassen.



BEURTEILEN



HANDELN

Kerstin: Wenn aber einer dauernd auf der Lauer liegt, ob es jemandem schlecht geht, dann ist das auch ganz schön "nervig"!

HANDELN



BEURTEILEN



ERKENNEN



Lehrer H.: Du hast ganz recht, Kerstin. Helfen kann man nur, wenn man aufmerksam ist. Aber aufmerksam sein heißt nicht, die Anderen zu belauern oder ihnen mit unseren Vermutungen auf die Nerven zu gehen. Man muß den richtigen Mittelweg finden.

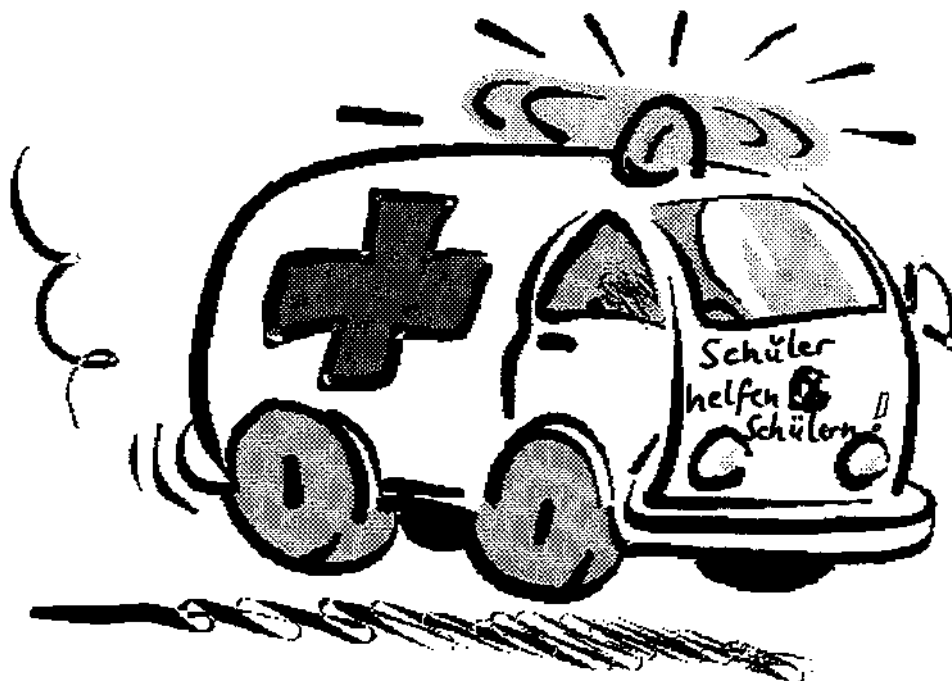
Aber jetzt noch eine andere Frage: Glaubt ihr, genügt es, den Anderen einfach darauf anzusprechen, daß es ihm oder ihr schlecht geht? Oder muß man auch etwas tun? Und wann ist das notwendig?

Meine Notizen

dazu: _____

Lehrer H.: In einer Projektwoche haben Mitschülerinnen und Mitschüler etliche Tips für aktive Hilfen ausgearbeitet.

HADELN

BEURTEILEN


- Miteinander lernen.
- Erste Hilfe leisten.
- Mit den Mitschülern reden.
- Mit den Eltern reden.
- Etwas in der Freizeit gemeinsam machen.

Lehrer H.: Das sind nur einige Beispiele, welche sind euch eingefallen?

ERKENNEN


Lehrer H. : Hilfe soll man aber nicht aufdrängen. Manchmal braucht der Andere Zeit, bis er oder sie bereit ist, Hilfe anzunehmen. Freundlich kann man allerdings immer sein- und damit den Anderen viel Gutes tun!

Peter: Wir sind jetzt aber ziemlich weit von unserem Anfangsthema abgekommen.

Lehrer H.: Richtig, Peter! Eigentlich sind wir ja davon ausgegangen, was man tun soll, wenn man jemanden auf der Straße liegen sieht!

Kerstin: Oder, wenn es einem selbst schlecht geht.

Lehrer H.: Fangen wir mit der letzteren Frage an. Was sollte man tun, wenn einem selbst schlecht ist, oder wenn man in einer Notlage ist? Schreibt einmal alles auf, was euch dazu einfällt.



ERKENNEN



BEURTEILEN



HANDELN

Meine Notizen dazu:

Lehrer H.: Was ist euch dazu eingefallen?

Helga: Das Wichtigste ist, daß man sagt, daß es einem schlecht geht- wenn man es kann!

Lehrer H.: Richtig! Das heißt aber auch, daß man den Mut hat, sich einzugestehen, daß man Hilfe braucht. Was ist noch notwendig?

Gudrun: Daß man einen bestimmten Menschen anspricht. Ich meine, wenn man nur irgendwie nach Hilfe ruft, denkt sich jeder, warum soll ich helfen, das kann ja auch ein Anderer!

Herbert: Wenn man dazu in der Lage ist, sollte man auch genau sagen, was los ist. Sonst denken sich die Anderen höchstens, daß man betrunken ist oder vielleicht nur einen seltsamen Spaß macht.

Lehrer H.: Und was macht man, wenn man z.B. einen Menschen auf den Boden liegen sieht?

Jochen: Man fragt, was los ist! Ich meine, man kann ja fragen: "Ist Ihnen schlecht? Brauchen Sie Hilfe?"

Sonja: Aber, ich habe Angst, wenn ich z.B. helfen soll. Vielleicht ist das nur ein Trick. Manche Menschen sind schon überfallen worden, weil sie hilfsbereit waren.

Lehrer H.: Selbstverständlich muß man auch auf die eigene Sicherheit achten! Wie kann man das machen?



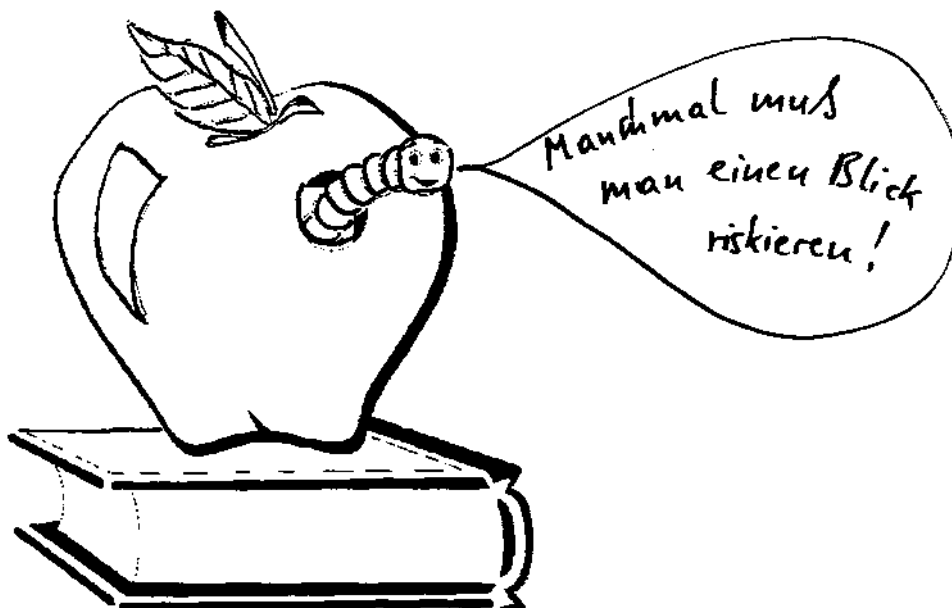
ERKENNEN



BEURTEILEN



HANDELN



Lehrer H.: Wer hat etwas aufgeschrieben?

Gudrun: Wenn ich Angst habe, muß ich meine Angst ernstnehmen. Ich kann ja jemand Anderen um Mithilfe bitten.

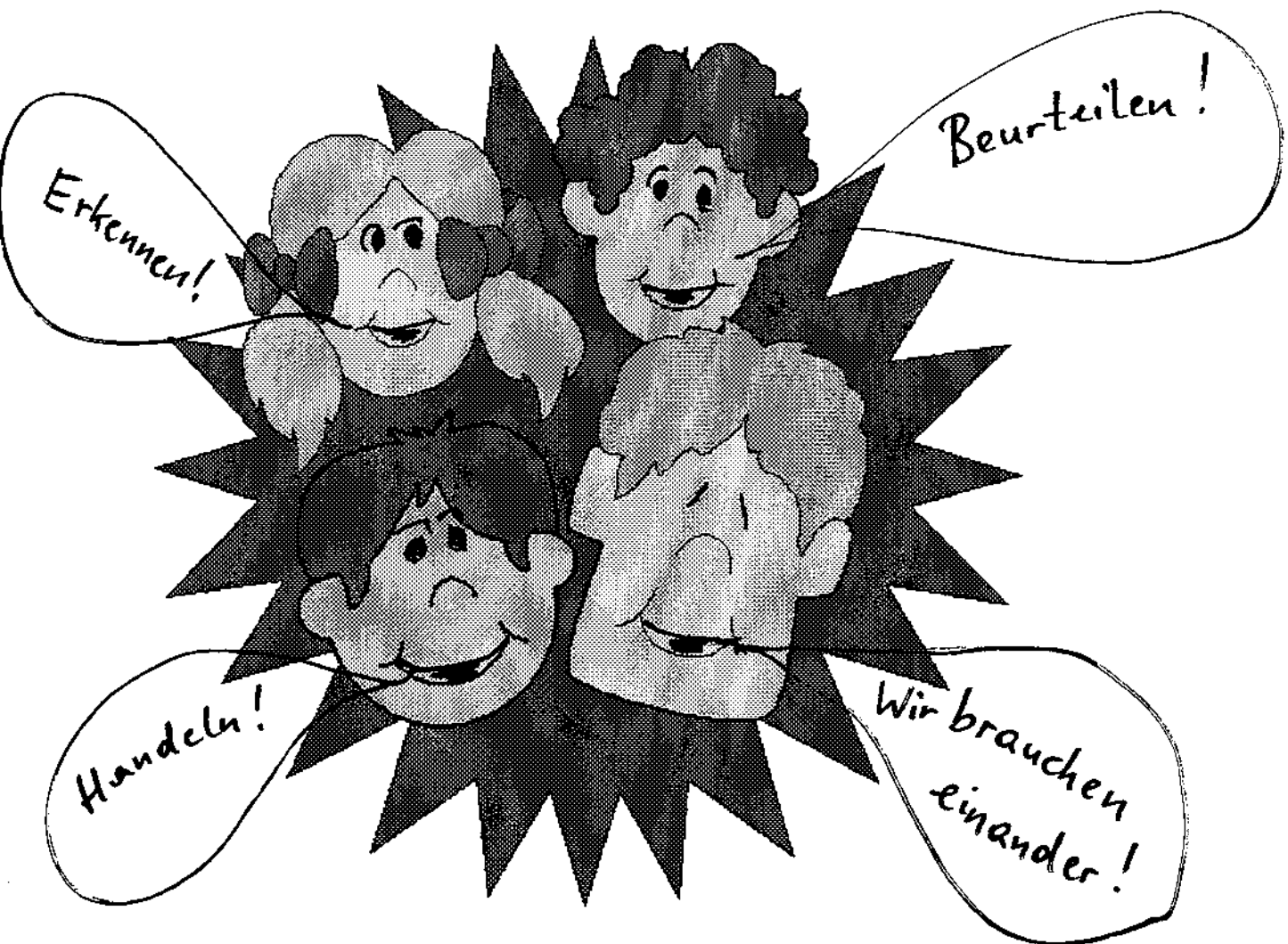
Herbert: Oder man verständigt die Polizei oder Rettung!

Peter: Das muß man sich aber schon überlegen, weil, wenn die dann kommen und es war im Grunde genommen nicht notwendig?

Kerstin: Lieber einmal zu viel als einmal zu wenig sich kümmern!

Lehrer H.: Ihr habt alle recht. Es gibt keine Faustregel für alle Fälle. Man muß in jedem einzelnen Fall "erkennen" - "beurteilen" - und "handeln".

Aber wichtig ist, daß wir nicht wegschauen und Nichts sehen und hören wollen, daß wir nicht den Anderen die Beurteilung überlassen und daß wir nicht die Verantwortung abschieben.



Lehrer H.: Ich habe euch unlängst eine Tafel mit einem Text und Zeichnungen darauf gezeigt. Wer weiß noch, was das war?

Kerstin: Ich habe die Tafel gesehen, da konnte man diese drei Wörter: "ERKENNEN - BEURTEILEN - HANDELN " lesen. Und dabei waren verschiedene Handsymbole.

Hans: Das habe ich auch gesehen. Und zwar bei "ERKENNEN" war eine Hand dabei, wie wenn man aufzeigt:



Gudrun: Und beim Wort "BEURTEILEN" war eine Hand, wie wenn man auf etwas hinzeigt.

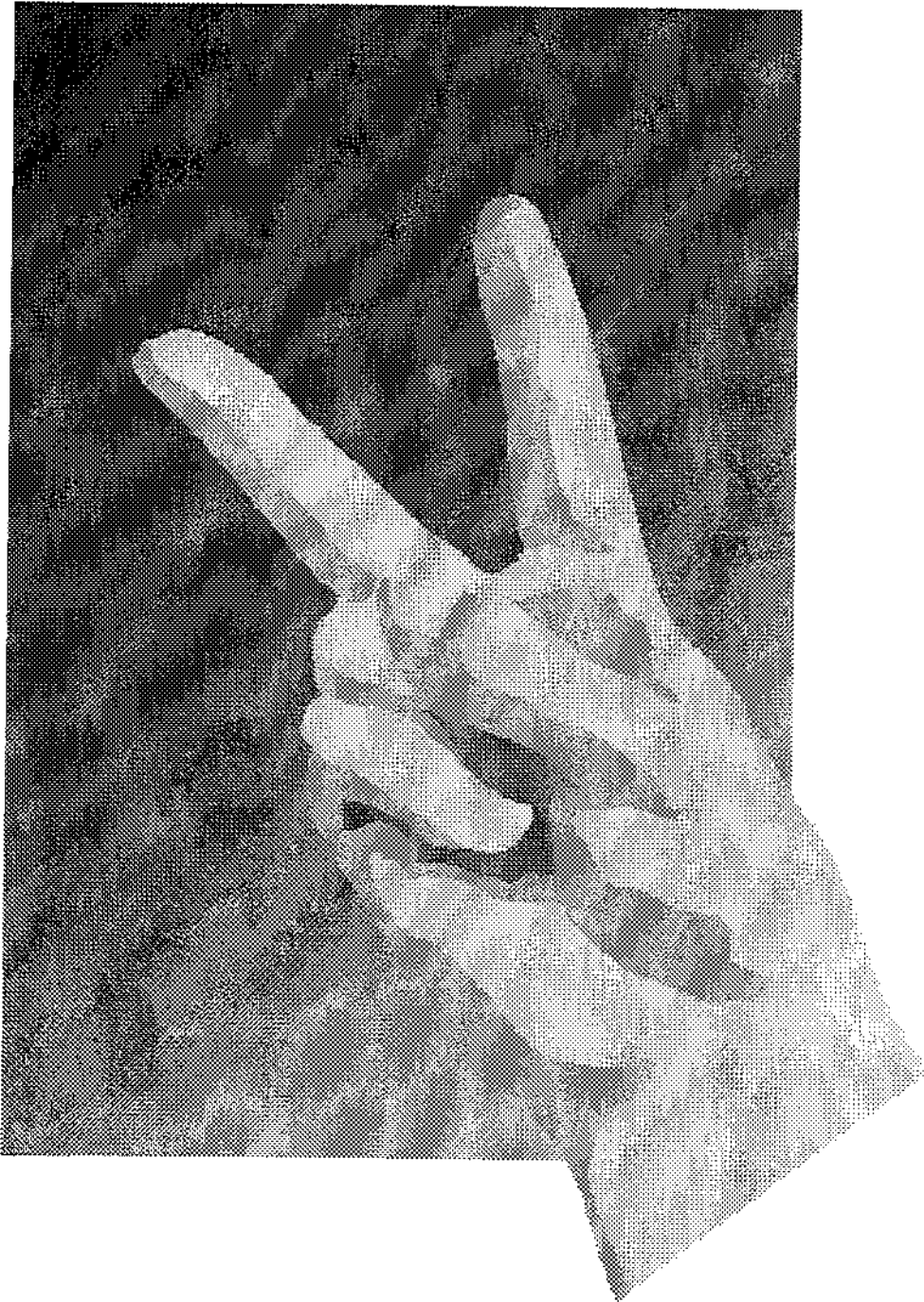


Herbert: Am lustigsten war die Hand mit dem Daumen oben, beim Wort "HANDELN"!

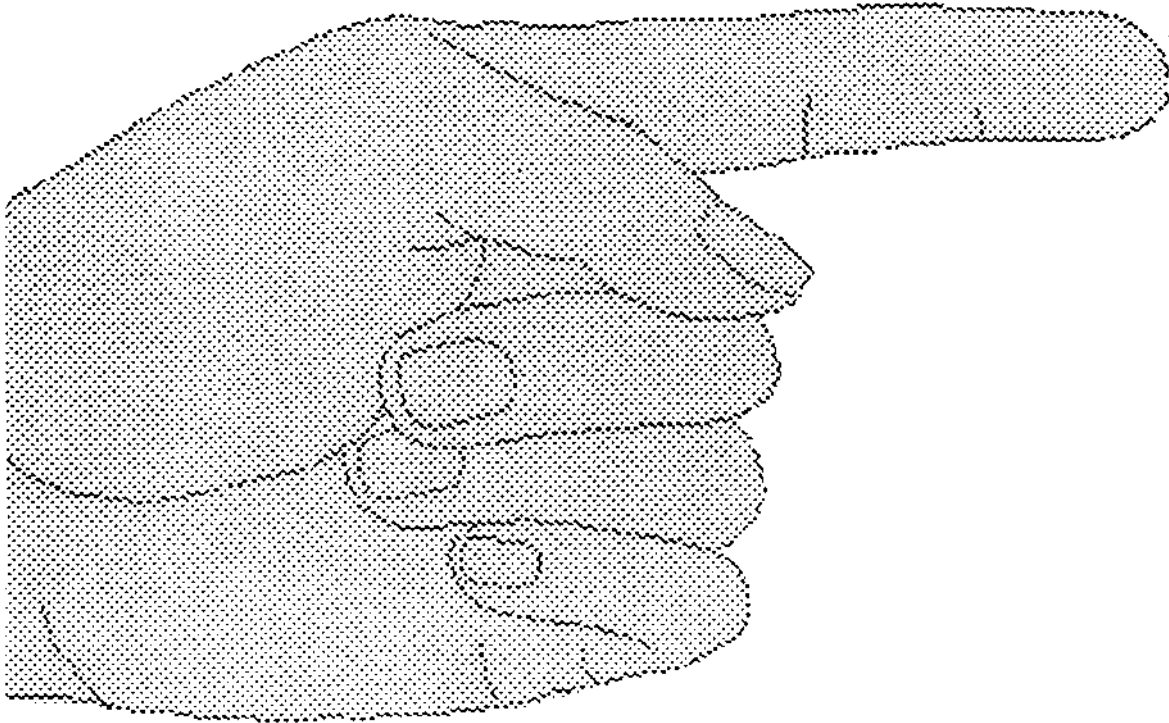


Jochen: Mich würde interessieren, was diese Handzeichen sollen!

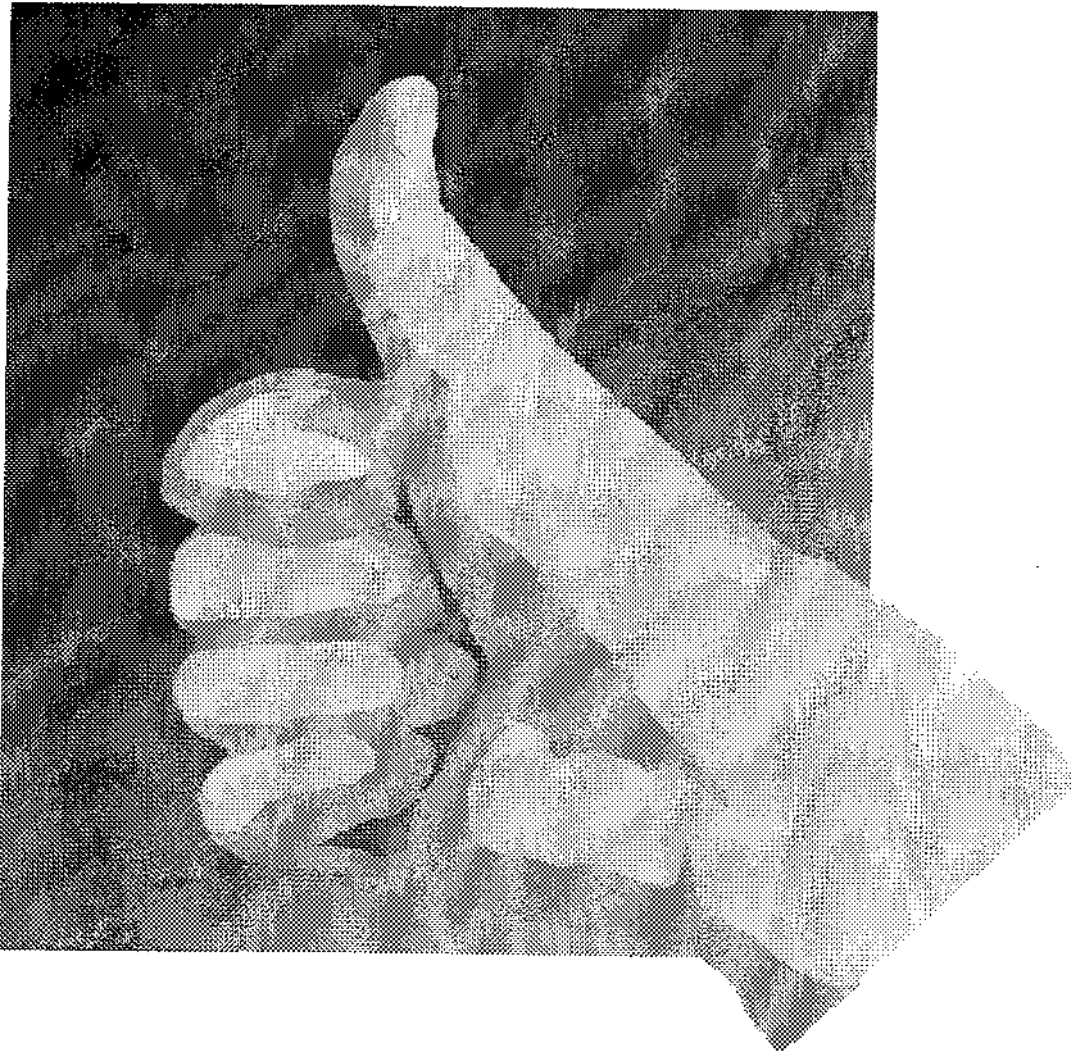
Lehrer H.: Sie sind da, um die drei wichtigen Worte mit ihrem Bild zu unterstützen!



Lehrer H. : Wenn man die Hand ausstreckt, dann sagt man damit: "Achtung! Hallo, hier bin ich! Ich möchte etwas sagen!" Deshalb ist diese Handhaltung ein gutes Symbol für das ERKENNEN: Aufmerksam sein, richtig beobachten, sich bemerkbar machen, wenn man Hilfe braucht usw.



Lehrer H.: Diese Handhaltung sagt mehr oder minder: "Das ist es!" Das heißt, wir haben etwas nicht nur erkannt, sondern wissen nun auch, was es für uns oder für Andere bedeutet. Darum ist diese Handhaltung ein gutes Symbol für "BEURTEILEN". Zur richtigen Urteilsfähigkeit gehört Erfahrung, Meinungs austausch mit Anderen; die richtige Einschätzung einer Gefahrensituation kann man nicht sofort vollziehen, man muß sich damit schon vorher beschäftigen und darüber Gedanken machen, was gefährlich sein kann und was nicht, was sofortige Hilfe erfordert und was nicht.



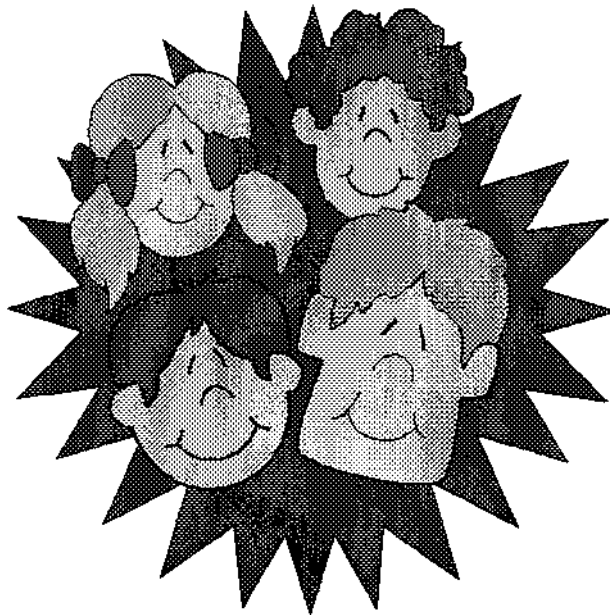
Lehrer H.: Dieses Handzeichen bedeutet: " Das haben wir prima geschafft! Das war ein Erfolg! Das ist gut gelungen!" Daher ist diese Hand ein gutes Symbol dafür worauf es beim Helfen ankommt: Auf das "HANDELN"! Aber es ist nicht nur wichtig, daß man handelt, sondern vor allem auch WIE man handelt. Hilfe darf niemals mehr Schaden - bei sich oder bei anderen- hervorrufen als sie Nutzen bringt. Beim Helfen muß man darauf achten, daß das Ärgste verhindert wird, z.B. bei einem Verkehrsunfall die nachfolgenden Autofahrer durch ein entsprechendes Hinweiszeichen vorwarnen. Oder: Man darf jemand, der auf dem Boden liegt, nicht ohne weiteres bewegen, weil manche Verletzungen dadurch noch ärger werden. Man sollte sich dabei gut in Erster Hilfe auskennen. Oder: Wenn jemand in seelischer Not ist, dann ist Handeln wertvoll, aber nur, wenn wir den Anderen dadurch nicht zum Hilflosen stempeln usw. Handeln muß immer so vor sich gehen, daß die Erfolgswahrscheinlichkeit möglichst groß ist und daß der dadurch erreichte Zustand besser ist als der zuvor.

UNSER MOTTO

ERKENNEN



BEURTEILEN



HANDELN



WIR BRAUCHEN EINANDER !

TIPS-TIPS-TIPS

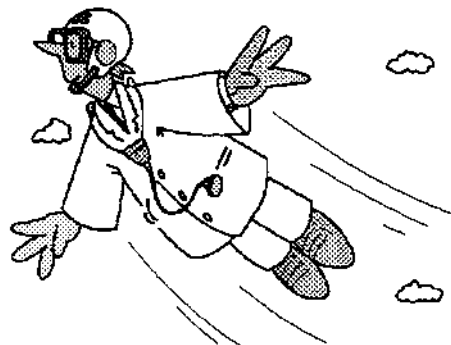
Achte auch auf leise Signale!



Kombiniere richtig!



Überschätze deine Kräfte nicht!



Adressen der Schulpsychologie-Bildungsberatung

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für Burgenland

Hofrat Dr. Werner Braun (LRef.), e-mail: werner.braun@lshr-bgld.gv.at
7001 EISENSTADT, Kernausteig 3, Tel.: 02682/710-131, Fax: 02682/710-79

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für Kärnten

Hofrätin Dr. Christine Kampfer-Löberbauer (LRef.),
e-mail: christine.kampfer-loeberbauer@lshr-ktn.gv.at
9020 KLAGENFURT, Kaufmanng. 8, Tel.: 0463/56659, Fax: 0463/56659-16

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für NÖ.

Hofrätin DDr. Andrea Richter (LRef.), e-mail: andrea.richter@lshr-noe.gv.at
3109 ST.PÖLTEN, Rennbahnstr. 29, Tel.: 02742/280-4700, Fax: 02742/280-1111

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für OÖ.

Dr. Agnes Lang, (LRef.), e-mail: agnes.lang@lshr-ooe.gv.at
4041 LINZ, Sonnensteinstraße 20 (PF 107), Tel.: 0732/7071-2321,
Fax: 0732/7071-2330

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für Salzburg

Mag. Helene Mainoni-Humer (LRef.), e-mail: helene.humer@lshr.salzburg.at
5020 SALZBURG, Aignerstr. 8, Tel.: 0662/8083-4221, Fax: 0662/842788-4

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für Steiermark

Hofrat Dr. Josef Zollneritsch (LRef.) e-mail: josef.zollneritsch@lshr-stmk.gv.at
8015 GRAZ, Körblergasse 23, Tel.: 0316/345-199, Fax: 0316/345-299

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für Tirol

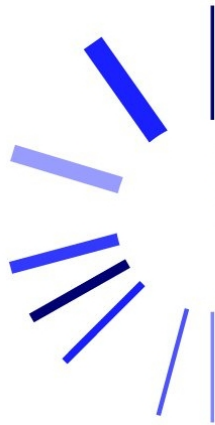
Hofrat Dr. Hans Henzinger (LRef.), e-mail: schulpsy@tsn.at
6020 INNSBRUCK, Müllerstr. 7/II, Tel.: 0512/57 65 61, Fax: 0512/57 65 61-13

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Landesschulrat für Vorarlberg

Hofrätin Dr. Maria Helbock (LRef.), e-mail: maria.helbock@lshr-vbg.gv.at
6900 BREGENZ, Bahnhofstraße 12, Tel.: 05574/4960-210, Fax: 05574/4960-408

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Stadtschulrat für Wien

Hofrätin Dr. Mathilde Zeman (LRef.), e-mail: mathilde.zeman@ssr-wien.gv.at
1010 WIEN, Wipplingerstr. 28, Tel.: 01/52-525/77505, Fax: 01/52 525/9977501



SCHULPSYCHOLOGIE BILDUNGSBERATUNG

Die Schulpsychologie-Bildungsberatung steht als eine in das Schulsystem integrierte psychologische Einrichtung Schüler(inne)n, Lehrer(inne)n und Eltern bei der Suche nach Problem vorbeugenden, -reduzierenden und -lösenden Einsichten, Erfahrungen und deren Umsetzung im jeweiligen Feld zur Verfügung. Sie fördert darüber hinaus durch psychologische (gegebenenfalls auch psychotherapeutische) Information, Beratung, Begleitung und Behandlung die individuelle, soziale und organisatorische Entwicklung im Lebensbereich Schule.



Die Schulservice- und Schulinformationsstellen stehen als erste Anlaufstellen für alle Fragen zum Thema Schule zur Verfügung. Die Hauptaufgabe ist die qualifizierte Erstinformation und –beratung in den Bereichen allgemeine Schulberatung, Informationsberatung zur Schullaufbahn sowie Erteilen von allgemeinen Auskünften zum Schulrecht. Eine besondere Funktion besteht darin, unbürokratisch und schnell zu Problemen und Unklarheiten im schulischen Bereich Lösungsmöglichkeiten zu suchen, Informationsmängel zu beheben und bei weitergehenden Informations- und Beratungsbedürfnissen „zielgenau“ an andere Stellen weiterzuverweisen.